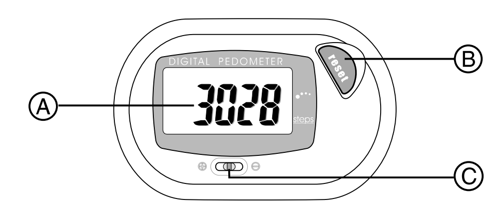
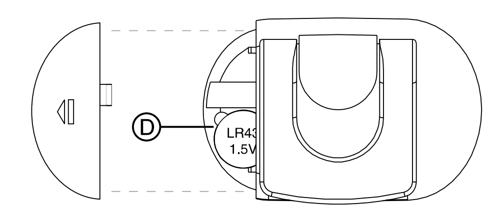


DIGITAL PEDOMETER

MODEL : WA101

INSTRUCTION MANUAL





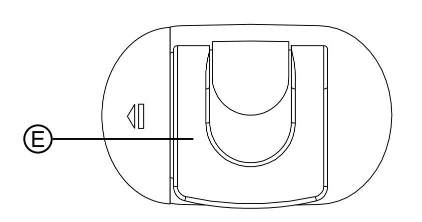


FIG. A

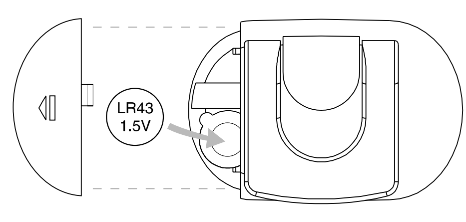


FIG. B

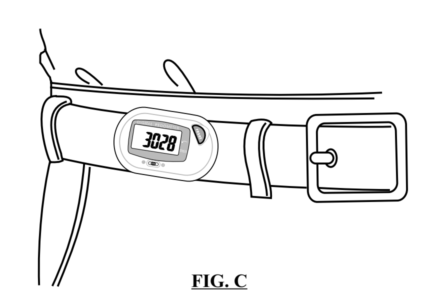
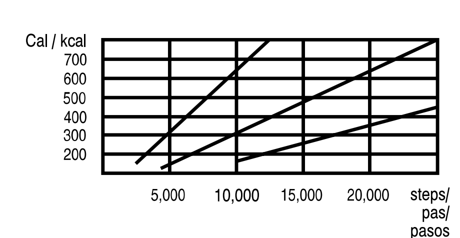


FIG. C



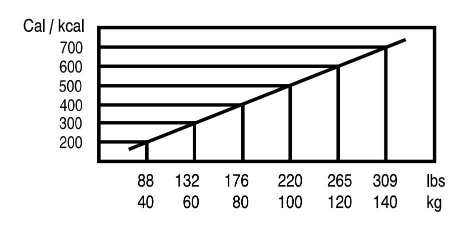


FIG. D

ENGLISH

DIGITAL PEDOMETER

INSTRUCTION MANUAL

INTRODUCTION

Congratulations on your purchasing the easy-to-use light weight digital pedometer. This unit can monitor the number of steps taken in while walking or jogging and let you achieve better performance when you exercise.

FEATURES

1. 5-digit LCD display
2. Step counter
3. Motion sensitivity adjustment

NAMES AND FUNCTIONS [FIG. A]

A. LCD
Single line display with 5 digits

B. RESET Button
Reset display value to zero

C. Motion Sensitivity Slide Switch
Increase or decrease the unit's response to motion

D. Battery compartment
Accommodate one (1piece) LR43 size battery

E. Belt Clip
Clip to belt or clothing

BATTERY INSTALLATION

1. Gently press and pull the battery compartment door.
2. Insert one (1 piece) LR43 size 1.5V battery or equivalent. **[FIG. B]**
3. Replace the battery compartment door.



Note: If not disposed of properly, batteries can be harmful. Protect the environment by taking exhausted batteries to authorized disposal stations.

HOW TO WEAR THE PEDOMETER

Attach at waist level to your belt, slacks, or training attire. Attach securely in a horizontal position. **[FIG. C]**

Note: Improper positioning of the pedometer may result in incorrect data collection.

HOW TO USE THE PEDOMETER

1. Press RESET button to clear the display to zero.
2. The unit now is ready to count steps.

Adjust the motion sensitivity

To make the unit more or less sensitive to motion, reposition the motion sensitivity slide switch. To determine the proper amount of motion sensitivity for an individual's walking pattern, experiment with different settings.

FITNESS TIPS [FIG. D]

To keep fit, it generally takes a person weighing 132 lbs (60kg) 10,000 steps to burn approximately 300 Calories/kcal. Fig. D will give you some basic reference to the calorie consumption for people of various weights.

SPECIFICATIONS

Display	: Single line with 5 digits
Step counter	: 0 to 99,999 steps
Power source	: 1 x LR43 1.5V battery or equivalent
Operation temperature	: -10°C to 40°C
Storage temperature	: -20°C to 60°C
Product size	: 21(D) x 37(W) x 58(L) mm
Weight	: 16g (including battery)

MAINTENANCE

1. Do not immerse the unit in water. If the unit comes in contact with water, dry it immediately with a soft lint-free cloth.
2. Do not clean the unit with abrasive or corrosive materials. Abrasive cleaning agents may scratch the plastic parts and corrode the electronic circuit.
3. Do not subject the unit to excessive force, shock, dust, temperature, or humidity. Such treatment may result in malfunction, a shorter electronic life span, damaged batteries, or distorted parts.
4. Do not tamper with the unit's internal components. Doing so will terminate the unit's warranty and may cause damage. The unit contains no user-serviceable parts.
5. Only use new batteries as specified in this instruction manual. Do not mix new and old batteries as the old batteries may leak.

Read this instruction manual thoroughly before operating the unit.

CAUTION

— The content of this manual is subject to change without further notice.

— Due to printing limitations, the displays shown in this manual may differ from the actual display.

— The manufacturer and its suppliers hold no responsibility to you or any other person for any damage expenses, lost profits, or any other claim that arise through use of this product.

— The contents of this manual may not be reproduced without the permission of the manufacturer.

FRENCH

PODOMETRE DIGITAL

MANUEL D'INSTRUCTIONS

INTRODUCTION

Nous vous félicitons d'avoir choisi ce podomètre digital léger et facile d'utilisation. Cet appareil compte le nombre de pas au cours d'une marche ou d'une course, vous permettant ainsi d'améliorer vos performances lorsque vous vous exercez.

CARACTERISTIQUES

1. Affichage LCD à 5 chiffres
2. Compteur de pas
3. Réglage de sensibilité au mouvement

NOMS ET FONCTIONS [FIG.A]

A. Ecran LCD
Affichage à 5 chiffres sur une seule ligne

B. Touche de Remise à Zéro [RESET]
Remise à zéro des valeurs

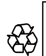
C. Commutateur de Sensibilité au Mouvement
Augmente ou diminue la sensibilité au mouvement de l'appareil

D. Compartiment à Piles
Installer une (1) pile LR43

E. Clip de Ceinture
Permet la fixation de l'appareil à la ceinture ou autre vêtement

INSTALLATION DES PILES

1. Appuyer doucement en tirant la trappe du logement des piles.
2. Installer une (1) pile LR43 1.5V ou équivalent.
3. Remettre le couvercle en place.



Remarque: Des piles jetées n'importe où peuvent être nocives. Protégez l'environnement et déposez toutes piles usagées dans une décharge autorisée.

COMMENT PORTER LE PODOMETRE

L'attacher au niveau de la taille à la ceinture, ou pantalon ou vêtement d'entraînement. Le tenir horizontalement et l'attacher solidement.

[FIG. C]

Remarque: Une position incorrecte du podomètre peut générer des relevés incorrects.

UTILISATION DU PODOMETRE

1. Appuyez sur la touche de remise à zéro pour mettre l'affichage à zéro.
2. L'appareil est désormais prêt à compter les pas.

Réglage de la sensibilité au mouvement

Déplacez le commutateur pour augmenter ou diminuer la sensibilité au mouvement de l'appareil. Faites quelques essais afin de trouver le réglage de sensibilité optimal pour votre type de marche.

CONSEILS CONCERNANT LA FORME [FIG. D]

En général et pour garder la forme, une personne d'un poids de 60 kg doit faire 10,000 pas afin de brûler 300 Calories. Le schéma ci-dessous vous donne quelques informations de base sur la consommation de calories par des personnes de poids différents.

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Affichage	: 5 chiffres sur une seule ligne
Compteur de pas	: de 0 à 99,999 pas
Alimentation	: 1 pile 1,5V de type LR43 ou équivalent
Plage de température de fonctionnement	: -10°C à 40°C
Plage de température de stockage	: -20°C à 60°C
Dimensions	: 21 (L) x 37 (l) x 58 (P) mm
Poids	: 16 gr (pile incluse)

ENTRETIEN

1. Ne pas immerger l'appareil dans l'eau. Si l'appareil entre en contact avec de l'eau, l'essuyer à l'aide d'un chiffon doux non pelucheux de nuite.
2. Ne pas nettoyer l'appareil avec des produits abrasifs ou corrosifs.
3. Ne pas soumettre l'appareil à des excès de force, chocs, poussière, température et humidité. Ceci risque de résulter en fonctionnement défectueux, réduction de la vie du circuit électronique, piles défectueuses ou éléments déformés.
4. Ne pas toucher aux éléments internes de l'appareil. Ceci annulerait la garantie et risque de causer des dégâts. L'appareil ne renferme aucune partie réparable par l'utilisateur.
5. N'utiliser que des piles neuves du type indiqué dans ce livret. Ne pas mélanger piles neuves et piles usagées, car les piles usagées risquent de fuir.

Lire attentivement ce livret d'instructions avant d'utiliser l'appareil.

ATTENTION

— Le contenu de ce livret est susceptible de modifications sans avis préalable.

— En raison des restrictions imposées par l'impression, les affichages figurant dans ce livret peuvent différer de ceux du produit.

— Le fabricant et ses fournisseurs déclinent toute responsabilité envers vous ou toute tierce personne pour tout dommage, pertes de bénéfices ou toute autre revendication résultant de l'utilisation de ce produit.

— Le contenu de ce livret ne peut être reproduit sans l'autorisation du fabricant.

ESPAÑOL

PODÓMETRO DIGITAL

MANUAL DE INSTRUCCIONES

INTRODUCCIÓN

Enhorabuena por la compra de este podómetro digital de peso ligero y fácil funcionamiento. Esta unidad puede monitorear el número de pasos recorridos en una marcha o carrera y le permite mejorar su rendimiento durante los entrenamientos.

CARACTERÍSTICAS

1. Pantalla LCD de 5 dígitos
2. Contador de pasos
3. Ajuste de la sensibilidad al movimiento

NOMBRES Y FUNCIONES [FIG. A]

A. LCD
Pantalla de línea única con 5 dígitos

B. Botón RESET (reajuste)
Pone a cero el valor de la pantalla

C. Conmutador deslizante de sensibilidad al movimiento
Aumenta o disminuye la respuesta al movimiento de la unidad

D. Compartimiento de pilas
Inserte una pila (1 pila) del tamaño/tipo LR43

E. Presilla para el cinturón
Para enganchar en el cinturón o la ropa

PARA ABRIR LA CUBIERTA

Sujetando el podómetro derecho, sujetar la presilla con una mano y presionar el botón PARA ABRIR LA CUBIERTA con la otra.

INSTALACION DE LAS PILAS

1. Presionar suavemente y tirar de la puerta del compartimiento de pilas.
2. Inserte una pila (1 pila) del tamaño/tipo LR43, 1.5V o su equivalente. **[FIG. B]**
3. Volver a colocar la puerta del compartimiento de pilas.



Nota: Si no se eliminan correctamente, las pilas pueden ser peligrosas. Proteger el medio ambiente arrojando las pilas gastadas en un vertedero autorizado.

COMO COLOCARSE EL PODOMETRO

Colocárselo a la altura de la cintura en el cinturón, pantalón o chándal.

Manteniéndolo en posición horizontal, engancharlo seguramente. **[FIG. C]**

Nota: La colocación inadecuada del podómetro podría resultar en mediciones incorrectas.

MODO DE EMPLEO DEL PODÓMETRO

1. Pulsar el botón RESET para poner a cero la pantalla
2. La unidad está ahora lista para contar los pasos.

Regulación de la sensibilidad al movimiento

Para aumentar o reducir la sensibilidad al movimiento de la unidad, reposicionar el conmutador deslizante de sensibilidad al movimiento. Para determinar el grado adecuado de sensibilidad al movimiento del andar de un individuo, pruebe con ajustes diferentes.

CONSEJOS PARA MANTENERSE EN FORMA [FIG. D]

Por lo general, para mantenerse en forma, una persona de 60 kg de peso debe andar 10,000 pasos para quemar 300 Calorías aproximadamente. El diagrama siguiente constituye una referencia básica al consumo de calorías para personas de distintos pesos. **[FIG. D]**

ESPECIFICACIONES

Pantalla	: Línea única con 5 dígitos
Contador de pasos	: 0 a 99,999 pasos
Fuente de alimentación	: 1 pilas LR43 de 1,5 V o equivalentes
Temperatura de funcionamiento	: -10°C a 40°C
Temperatura de almacenaje	: -20°C a 60°C
Dimensiones	: 21(fondo) x 37(ancho) x 57(largo) mm
Peso	: 16 g (incluyendo las pilas)

MANTENIMIENTO

1. No sumerja la unidad en agua. Si la unidad entra en contacto con agua, séquela inmediatamente con un paño sin pelusa.
2. No use substancias abrasivas o corrosivas para limpiar la unidad. Los agentes abrasivos de limpieza podrían rayar las partes plásticas y corroer el circuito electrónico.
3. No sujete a la unidad a fuerza, golpes, polvo, temperatura o humedad excesivos. Dicho tratamiento podría causar el mal funcionamiento, una menor vida electrónica, pilas dañadas o distorsión de las partes.
4. No toque los componentes internos de la unidad. Si lo hace, invalidará la garantía y podría causar daños. El usuario no podrá dar servicio a cualquiera de las partes de la unidad.
5. Use sólo pilas nuevas como se indica en el manual de instrucciones. No mezcla pilas nuevas y usadas, ya que las usadas podrían gotear.

Lea este manual de instrucciones atentamente antes de usar la unidad.

PRECAUCION

— El contenido de este manual está sujeto a cambio sin aviso previo.

— Debido a las limitaciones de impresión, las pantallas mostradas en este manual podrían diferir de la pantalla real.

— El fabricante y sus proveedores no admiten ninguna responsabilidad ante usted o ante terceros con respecto a daños, gastos, pérdida de beneficios o cualquier otra reclamación resultante del uso de este producto.

— Se prohibe reproducir el contenido de este manual sin el permiso del fabricante.

CE

086-002692-05